

# МЕНЮ

18 июня 2024 г.

Ясли 10,5 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,85	5,94	16,92	141,15	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,56	3,01	11,41	87,92	0,62
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	34	2,17	4,13	14,79	105,17	0,00
<b>Итого</b>			<b>344</b>	<b>10,58</b>	<b>13,08</b>	<b>43,12</b>	<b>334,24</b>	<b>1,18</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК	150	0,70	0,14	14,15	60,25	1,16
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,70</b>	<b>0,14</b>	<b>14,15</b>	<b>60,25</b>	<b>1,16</b>
<b>Обед</b>								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	160	6,91	9,43	10,01	153,45	11,47
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	180	12,38	15,82	21,34	288,94	17,68
2012	355	СОУС ТОМАТНО-СМЕТАННЫЙ	30	0,89	1,06	4,47	31,31	0,83
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,23	0,00	0,75	4,20	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	0,80	0,10	5,12	24,80	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯГОД	150	0,24	0,04	9,64	40,90	4,18
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>21,45</b>	<b>26,45</b>	<b>51,33</b>	<b>543,60</b>	<b>35,36</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	18,04	9,04	13,36	210,29	0,28
2012	362	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ ПОВИДЛА	20	0,05	0,00	10,20	41,04	0,03
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,20	1,00	15,40	78,60	0,00
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПЕЧЕНЬЕ	30	2,15	2,74	21,27	118,44	0,00
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	95	0,29	0,29	7,02	33,68	2,96
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>22,83</b>	<b>13,07</b>	<b>73,26</b>	<b>506,47</b>	<b>3,29</b>
<b>Всего</b>				<b>55,56</b>	<b>52,74</b>	<b>181,86</b>	<b>1 444,56</b>	<b>40,99</b>

# МЕНЮ

18 июня 2024 г.

**Сад 10,5 часов**



Заведующая  
МДОУ «Детский сад № 115»  
Красичкова С.В./

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,49	6,35	19,20	156,66	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,43	3,75	13,75	107,72	0,77
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	46	2,90	6,06	19,71	145,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>406</b>	<b>12,82</b>	<b>16,16</b>	<b>52,66</b>	<b>409,48</b>	<b>1,39</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	399	СОК	180	0,88	0,17	17,81	75,83	1,46
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,88</b>	<b>0,17</b>	<b>17,81</b>	<b>75,83</b>	<b>1,46</b>
<b>Обед</b>								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	7,53	10,83	12,99	180,75	13,26
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	200	13,69	18,50	24,53	332,10	19,97
2012	355	СОУС ТОМАТНО-СМЕТАННЫЙ	30	1,81	2,12	8,93	62,56	1,66
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	50	0,25	0,00	0,84	4,68	1,34
2012	372	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯГОД	180	0,27	0,05	11,86	50,21	5,24
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>24,55</b>	<b>31,62</b>	<b>65,55</b>	<b>661,30</b>	<b>41,47</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	23,37	11,72	16,16	268,05	0,34
2012	362	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ ПОВИДЛА	30	0,09	0,00	16,74	67,27	0,04
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,94	1,34	20,56	104,93	0,00
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,99	28,42	0,02
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ/ПРЯНИКИ	30	1,72	1,37	21,83	106,51	0,00
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ/ЯБЛОКИ	100	0,30	0,30	7,39	35,46	3,11
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>28,54</b>	<b>14,73</b>	<b>89,67</b>	<b>610,64</b>	<b>3,51</b>
<b>Всего</b>				<b>66,79</b>	<b>62,68</b>	<b>225,69</b>	<b>1 757,25</b>	<b>47,83</b>